

Francesca Anzidei

CURRICULUM VITAE

25/02/2020

FORMAZIONE UNIVERSITARIA

Laurea

In PSICOLOGIA
Ente Università degli Studi di Roma "LA SAPIENZA"
Votazione **110/110 e lode**
Indirizzo **Psicologia Generale e Sperimentale**
Corso quinquennale - vecchio ordinamento
Anno conseguimento 2002

Tesi di laurea

"Attività fasica durante il sonno REM e deprivazione di sonno"

Relatore: Prof. Luigi De Gennaro

Lavoro di **psicofisiologia del sonno**, si inserisce nel contesto della ricerca su meccanismi e funzioni del sonno REM, in particolare gli eventi fasici come i movimenti oculari rapidi (REMs) e dell'orecchio medio (MEMAs). La ricerca ha coinvolto 9 soggetti, selezionati con intervista telefonica e visita audiologica che hanno passato in laboratorio ognuno 4 notti (36 in totale), durante le quali il loro sonno è stato registrato poligraficamente in modo continuo producendo: elettroencefalogramma, elettrooculogramma, elettromiogramma massetere e sottomentoniero, grafico dei movimenti della glottide mediante strain gauge; grafico dei movimenti dell'orecchio medio tramite trasduttore di pressione applicato a calco auricolare. Ogni soggetto ha trascorso in laboratorio una notte di adattamento, una di baseline, una di deprivazione totale di sonno e una notte di recupero. I dati sono stati analizzati statisticamente per mettere alla prova l'ipotesi di un unico meccanismo centrale alla base di tutti gli eventi fasici del sonno REM.

Tirocinio post-lauream

Ente Facoltà di Psicologia
Università degli Studi di Roma "LA SAPIENZA"
Periodo 03/2002 – 03/2003
Attività: I semestre Ricerca sull' influenza di variabili psicologiche sulla pressione arteriosa (Prof. Maria Casagrande)
II semestre Ricerca sugli effetti dello yoga sullo stato di salute generale.
(Prof. Mario Bertini)

Esame di Stato

Anno 2003
Qualifica conseguita Abilitazione all'esercizio della professione di Psicologo

Iscr. albo psicologi del Lazio

in data 13/12/2004 con il n. 12468

Specializzazione

In **PSICOLOGIA DELLA SALUTE**
Ente Università degli Studi di Roma "LA SAPIENZA"
Votazione **70/70 e lode**
Corso Quadriennale
Anno conseguimento 2006
Qualifica conseguita PSICOTERAPEUTA
SPECIALISTA IN PSICOLOGIA DELLA SALUTE

Competenze acquisite

- Realizzazione di interventi di prevenzione e promozione della salute in tutti quei casi in cui eventi naturali legati al ciclo di vita si intrecciano con la necessità di cure: sviluppo, parto, invecchiamento, patologie croniche
- Conduzione di gruppi di sostegno e promozione della salute per pazienti affetti da patologie croniche ad alto impatto sulla vita di relazione (come quelle neurologiche e oncologiche), per pazienti il cui percorso di cura prevede mutamenti profondi dello stile di vita (come i diabetici), per pazienti la cui patologia è sensibile alla modificazione di variabili psicologiche (come l'ipertensione, HIV), per i familiari dei pazienti che necessitano cure impegnative per la prevenzione del burn-out
- Psicoterapia e consulenza psicologica e per l'individuo, la coppia, la famiglia (modello integrato sistemico-relazionale, costruttivista, psicodinamico)
- Realizzazione di interventi di promozione della salute individuale e familiare
- Conoscenza dei processi psicologici e relazionali alla base del mantenimento, della perdita e del recupero dello stato di salute inteso come benessere fisico, psicologico e sociale.
- Favorire lo sviluppo personale in tutto l'arco di vita in un'ottica di valorizzazione delle risorse
- Conduzione di corsi di formazione e gruppi di auto-aiuto
- Conoscenza dei principi psicosomatici che legano espressione corporea e regolazione affettiva
- Consulenza al medico e alle strutture sanitarie per l'individuazione di situazioni che richiedono sostegno psicologico per rischio psicosomatico e sulle situazioni di vita, ambientali e relazionali in grado di aumentare la predisposizione dell'organismo a processi di patogenesi
- Osservazione, diagnosi e intervento precoce sulla relazione madre-bambino nei primi mesi dopo il parto
- Applicazione di tecniche psicologiche (come la scrittura di Pennebaker) per il miglioramento del decorso post-operatorio e la prevenzione delle ricadute
- Trattamento di pazienti per i quali si ipotizza una importante componente psicosomatica sulla genesi della patologia organica; trattamento di disturbi del comportamento di interesse medico, come disturbi del sonno nei quali sia stato escluso o non si sospetti danno organico, disturbi alimentari, problemi di stile di vita
- Trattamento dei disturbi del comportamento, come disturbi del sonno, disturbi alimentari, problemi di stile di vita; trattamento di pazienti per i quali sia rilevante occuparsi della componente psicosomatica
- Padronanza dei principali paradigmi di ricerca con particolare riferimento alla ricerca-intervento.

Tesi di specializzazione

“Per una psicologia della salute “clinica”: quando lo psicologo della salute si prende cura”

La tesi ricerca i criteri che caratterizzano un approccio psicoterapeutico che promuova lo sviluppo, non crei dipendenza e salvaguardi l'autonomia della persona.

Annotazione come
PSICOTERAPEUTA

nell'albo degli psicologi del Lazio
in data **11/07/2007**

FORMAZIONE ULTERIORE

Psicoterapia sistemico-
relazionale di gruppo e
familiare

Attività

Gruppi terapeutici di indirizzo sistemico relazionale e di analisi della famiglia, sotto la supervisione del Dott. Paolo Menghi, Neuropsichiatria infantile,

Periodo Fondatore della Soc. It. di Terapia Familiare
08 /1997 – 06/2002
Ente Mandala Scuola di Normodinamica

Psicoterapia psicodinamica Segue da 05/2006 un percorso psicoterapeutico e di formazione individuale

Supervisione professionale Si avvale di consultazioni con docenti della Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute dell'Università di Roma "La Sapienza"

**Preparazione al parto e
Yoga in gravidanza**

Periodo 10/1999 – 03/2000 e poi 01/2002 -05/2002
Ente Mandala Scuola di Normodinamica

Yoga

**Diploma in Propedeutica
Normodinamica attraverso gli
strumenti dello Yoga Evolutivo**

Data 1/9/2014
Ente Società Italiana di Normodinamica

Yoga Kundalini e Meditazione

Periodo dal 06/1996 ad oggi
Ente Mandala Scuola di Normodinamica

Hata Yoga

Periodo 01/1993 – 12/1995
Ente Accademia Yoga di Roma

**ATTIVITA'
PROFESSIONALI**

Psicoterapia e consulenza

Periodo da 12/2006 ad oggi
Ente Svolge la professione di Psicoterapeuta privatamente, presso proprio studio, studio pediatrico Turrini e istituto Mandala-scuola di Normodinamica
Descrizione Psicoterapia individuale, per la coppia e la famiglia.
Fa riferimento alla Psicologia della salute e utilizza tecniche psicodinamiche e sistemico-relazionali.
Consulenza breve.
Ha messo a punto e applica un modello di consulenza breve in 3 incontri, per l'analisi dei bisogni, la focalizzazione di obiettivi personali, il superamento di eventi di vita difficili o passaggi evolutivi difficili, il superamento di momenti di "stallo".
Applica principi di empowerment e comunicazione non violenta.
Presso lo studio Turrini svolge servizio di consulenza e psicoterapia per genitori e famiglie per rispondere ai problemi di sviluppo dei bambini pazienti dello studio.

**Promozione della Salute in
gravidanza e nel Post-partum**

Periodo Da 02/2006 ad oggi
Ente A Roma presso proprio studio e istituto Mandala-scuola di Normodinamica
Attività Ha messo a punto e realizza privatamente un modello di accompagnamento alla nascita, preparazione al parto e sostegno e analisi della relazione madre-bambino, per la promozione della salute in gravidanza e dopo il parto e per la prevenzione del disagio post-natale e della depressione post-partum.

Ricerca su malattia di Alzheimer e sostegno ai caregiver

Periodo	Dal 01/03/2019 ad oggi come volontaria Dal 01/03/2018 al 29/02/2019 con contratto libero-professionale
Ente	Università di Roma "Sapienza" – Dipartimento di Neuroscienze Umane Prof. De Lena
Qualifica	Vincitrice di procedura di selezione pubblica comparativa per assegnazione di contratto di collaborazione professionale (bando del 28/12/2017, Prot. 1338)
Attività	Nell'ambito della ricerca " Effetti della stimolazione cognitiva su pazienti affetti da malattia di Alzheimer ": responsabile dell'area di ricerca riguardante i caregiver: conduzione di colloqui, somministrazione e valutazione test, costruzione di questionari, formulazione ipotesi di ricerca, raccolta e analisi dei dati.
Attualmente	Prosegue l'attività come volontaria

Yoga

Ente e periodo	Dal 1998 insegna yoga presso studio privato e in diversi centri romani: <ul style="list-style-type: none">- Mandala, Scuola di Normodinamica (dal 09/2008 ad oggi)- Scuola Attiva (dal 09/2007 al 06/2009)- Accademia Romana Arte Danza (dal 09/2002 al 06/2007)- Flex Appeal (dal 04/1999 al 09/2001)
Descrizione	Corsi di Yoga individuali e di gruppo per promuovere la salute in programmi personalizzati di sviluppo delle potenzialità psicologiche e sociali.

Empowerment

Periodo	Da 02/2012 a 03/2018
Ente	Associazione di promozione sociale Clelia
Descrizione	Progettazione e implementazione di percorsi individuali e di gruppo finalizzati alla attivazione delle risorse e all'aumento della capacità di agire per realizzare obiettivi

Promozione della salute cerebrale nella terza età

Periodo	da 12/2014 a 04/2017
Ente	Fondazione Igea
Qualifica	Psicologo - specialista in Psicologia della Salute Esperto di empowerment Consulente per la progettazione
Attività	Progettazione e conduzione gruppi di potenziamento cognitivo e di empowerment nell'ambito di attività di promozione della salute cerebrale e del potenziamento dell'efficienza cognitiva in soggetti sani (presso Officine Farneto) Analisi della domanda verso gli enti coinvolti Consulenza alla progettazione nuove iniziative Coordinamento gruppi di lavoro

Promozione e formazione in ambito scolastico

Periodo	da 09/2011 a 06/2014
Ente	Associazione "Apertamente" presso scuola elementare De Gasperi
Descrizione	Attività di sensibilizzazione e promozione della salute.
Periodo	07/2012
Ente	Scuola primaria e secondaria di primo grado "Uruguay" di Roma
Descrizione	Gruppo di formazione sulla gestione del conflitto

Clinica PAIDEIA, Roma

Qualifica	Psicologa coordinatrice
-----------	-------------------------

Periodo	da 01/2010 a 06/2010
Descrizione	Progettazione di corso preparato, coordinamento dell'equipe multidisciplinare, svolgimento degli interventi psicologici.
<u>S.R.D.A.I. Sindacato Romano</u>	
<u>Dirigenti Aziende Industriali</u>	
Periodo	5/2007 – 10/2008
Qualifica	Esperto di salute organizzativa e metodologia della ricerca
	Analisi della domanda; progettazione di una ricerca con focus group con l'obiettivo di esplorare i bisogni lavorativi degli iscritti al sindacato.
<u>Ministero dell'Università e della Ricerca</u>	
Periodo	1/2006 – 12/2007
Descrizione	Ha partecipato al progetto "Eureka", realizzato dall'associazione "Culture and Science" con il Patrocinio dell' Unesco , rispondendo per via telematica alle domande degli utenti, per l'area psicologia e neuroscienze.
<u>Studio medico Menghi, Roma</u>	
Periodo	4/2005 – 3/2006
Qualifica	Psicologa
Attività	Ha affiancato la Dott.ssa Manghi, medico specialista in pediatria, allergologia e immunologia clinica nel lavoro con il pazienti, per individuare soggetti a rischio psicosomatico e offrire sostegno nei processi cura
<u>Comune di Roma, Centro "Pollicino"</u>	
Periodo	2/2004 – 4/2005
Qualifica	Consulente salute organizzativa
Attività	Analisi delle prassi del centro per individuare margini di miglioramento dell'efficienza; analisi delle relazioni interne al gruppo di lavoro, per evidenziare le dinamiche relazionali disfunzionali porvi rimedio e migliorare efficienza del lavoro e il benessere del gruppo
<u>Ministero dell' Ambiente, C.I.R.P.S. Centro Interuniversitario di Ricerca per lo Sviluppo Sostenibile</u>	
Periodo	Anno 2002
Qualifica	Esperto metodologia della ricerca
Attività	Progettazione della ricerca per il "Monitoraggio dei Centri di ricerca ambientale in Italia".
Giornalismo scientifico	
Periodo	1/2001 – 10/2001
Ente	E-Loft
Descrizione	Ha scritto articoli a carattere scientifico su temi di salute e benessere per il portale "centri benessere"

COLLABORAZIONI SCIENTIFICHE

Neuroscienze

Ente

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITA'

Periodo

da 03/2010 a 06/2011

Attività

Ricerca su modelli animali di depressione in collaborazione con il Prof. Enrico Alleva e altri

Tecniche psicocorporee per la promozione delle salute

Ente

**Università degli studi di Roma "LA SAPIENZA"
Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute**

Periodo da 05/2011 a 06/2011
Attività Progettazione percorso di docenza

Consulenza medico di base

Ente **Università degli studi di Roma "LA SAPIENZA"
Cattedra di PSICOSOMATICA - Prof. Luigi Solano**

Periodo da 03/2004 a 12/2010
Attività Sperimentazione di forme di consulenza da parte dello Psicologo Specialista in Psicologia della Salute, mirate ad intercettare precocemente pazienti che possano necessitare un aiuto psicologico per rischio psicosomatico.

Psicologia della Salute e Psicoterapia

Ente **Università degli studi di Roma "LA SAPIENZA"
Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute
Insegnamento di PSICOLOGIA DELLA SALUTE - Prof. Mario Bertini**

Periodo da 05/2006 a 06/2010
Attività Analisi teorica e sperimentazione pratica di modelli psicoterapici epistemologicamente coerenti con la Psicologia della Salute.

Psicologia della formazione

Ente **RISPES Istituto di Ricerca per lo Sviluppo Spirituale
Master in Psicologia dello Sviluppo Spirituale - Prof. Paola Mamone**

Periodo da 03/2008 a 9/2008
Attività Progettazione modello di Tutoring.

ALTRE COMPETENZE

Lingua Inglese

Lettura Ottima
Scrittura Discreta
Ascolto ed espressione orale Buoni

Informatica

Usi base sistemi operativi Windows e Mac
Usi base programmi Word, Excell, Publisher, Outlook, Explorer

PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE

- Silvestro D., Anzidei F., Epifani P., Neudam S., Giannelli M. T.. Empowerment genitoriale, generare il cambiamento che vogliamo. Presentato: **X Congresso Nazionale Società Italiana di Psicologia della Salute**, Orvieto, 10-12 Maggio 2013
- Zoratto F., Berry A., Anzidei F., Fiore M., Laviola G., Alleva E. Macrì S. (2011) Effects of maternal L-tryptophan depletion and corticosterone administration on neurobehavioural adjustments in lactating mouse dams and their adolescent and adult daughters **Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry**, 35
- Rothlin U., Anzidei F. (2000) Smettere di fumare: descrizione e risultati di un programma multicomponentiale **Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale**, vol.6, n.1
- De Gennaro L., Ferrara M., Anzidei F., Baldanza S., Lo Russo I., Bertini M. (1999) Sleep deprivation and phasic activity of REM sleep: a dissociation between rapid eye movements and middle-ear muscle activity **Sleep Research Online**, 2 Supplement 1
- De Gennaro L., Anzidei F., Baldanza S., Lo Russo I. Attività muscolare fasica nel sonno REM successivo a deprivazione totale di sonno. Presentato: **Congresso della sezione di psicologia sperimentale - Associazione Italiana di Psicologia**, Capri, 27-29 Settembre 1999

- De Gennaro L., Ferrara M., Urbani L., Anzidei F., Baldanza S., Lo Russo I..Variazioni oculomotorie al risveglio: influenza dell'incremento di SWS successivo a deprivazione di sonno. Presentato: **IX Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno**, Caserta, 27-30 Settembre 1999
- De Gennaro L., Ferrara M., Urbani L., Anzidei F., Baldanza S., Lo Russo I..Movimenti saccadici di inseguimento lento come indicatori della sonnolenza dopo deprivazione totale di sonno. Presentato:**IX Congresso Nazionale Associazione Italiana di Medicina del Sonno**, Caserta,27-30 Settembre 1999
- De Gennaro L., Ferrara M., Anzidei F., Baldanza S., Lorusso I, Bertini M.. Variazioni oculomotorie al risveglio. Presentato: *Valentini Day – Università degli studi di Roma “La Sapienza”, Facoltà di Psicologia*, 22 Ottobre 1999
- De Gennaro L., Ferrara M., Anzidei F., Baldanza S., Lorusso I, Bertini M.. Movimenti saccadici e di inseguimento lento come indicatori della sonnolenza conseguente a deprivazione di sonno. Presentato: *Valentini Day – Università degli studi di Roma “La Sapienza”, Facoltà di Psicologia*, 22 Ottobre 1999

La sottoscritta Francesca Anzidei consapevole di quanto prescritto dall'art. 76 del D.P.R. 28 dicembre 2000, n. 445 e sotto la propria responsabilità, dichiara che tutto quanto riportato nel presente curriculum corrisponde al vero. Autorizza inoltre il trattamento dei dati personali in base all'art.13 del D.Lgs.196/2003.